



MINI MARCHÉ

Des marches destinées aux personnes en difficulté avec la marche.

Sorties de 1 heure, sur des terrains sûrs,

animées par un enseignant en Activités Physiques Adaptées.

Idéales pour les personnes en surpoids, avec des douleurs articulaires, âgées, post AVC... Vous pouvez venir accompagné, avec une canne, ...

- **Chambéry** tous les mercredi, RDV covoiturage 10h30 à Buisson Rond (en bas de l'escalier de la piscine). 15/11 : Bourget ; 22/11 : Forezan ; 29/11 : La motte Servolex ; 06/12 Les Mottets

- **Aix les Bains** 1 mardi sur 2 à 15h15 et 1 jeudi sur 2 à 10h30 sur le parking de l'hippodrome (derrière le "Géant")

Prochaines dates : 14, 23 et 28 novembre ; 7, 12 et 21 décembre

- **Albertville** tous les mercredi, 10h30 au Parc Henry Dujol (388 av Joseph Fontanet)



www.actiforme-domiforme.fr

Facebook : [Coach Sport Santé - APA](#)

Renseignements : 06 81 39 66 13

actiforme@actiforme-domiforme.fr

Enseignants en APA : Elise, Damien, Anthony

Merci de nous prévenir de votre venue afin de préparer au mieux les sorties

Acti'forme sarl - RCS Chambéry - 3000€ - siret : 49904548200019